

# Recette offerte par le CHATEAU DE ROLLAND

## Recette N° 16

### DORADE GRILLEE AUX AGRUMES

#### Ingrédients pour 2 personnes :

- 1 dorade ou 1 truite de 500 g
- Sel et poivre du moulin
- 1 c. à soupe de purée d'ail rôti
- 1 échalote en rondelles
- 1 orange en rondelles
- 1 zeste d'orange
- 2 c. à soupe d'huile d'olive



#### Préparation :

**1** À l'aide de ciseaux, couper les nageoires, écailler et vider le poisson (ou demander au poissonnier de le faire). Rincer sous l'eau froide et éponger l'intérieur avec du papier essuie-tout.

**2** Saler et poivrer généreusement l'intérieur du poisson et y badigeonner une purée d'ail rôti. Insérer l'échalote, les rondelles et le zeste d'orange dans la cavité du poisson. Y verser un peu d'huile d'olive. Refermer à l'aide d'une petite brochette en bois ou avec des cure-dents. Bien envelopper dans du papier d'aluminium. Si possible, réserver au frigo 2 ou 3 heures pour que le parfum des aromates imprègne la chair du poisson.

**3** Huiler la grille du barbecue et préchauffer à feu vif.

**4** Déposer le poisson directement sur la grille du barbecue. Cuire 5 ou 6 minutes de chaque côté – utiliser deux spatules pour retourner le poisson.

**5** Servir avec des quartiers d'orange grillés. Accompagner de riz ou de couscous aux herbes et safran, accompagné de Graves sec Chateau de Rolland.